

Villalfeide PolvoReda



<https://www.instagram.com/carreradevillalfeide>
<https://www.facebook.com/CarreradeVillalfeide>
<https://twitter.com/CarreradeVillal>
www.carreradevillalfeide.es

Villalfeide Pdvoreda

GUÍA DE CORREDOR 2019.

- PRESENTACIÓN.
- INFORMACIÓN GENERAL.
- RECORRIDO.
- PERFIL.
- CONTROLES y PUNTOS DE CORTE.
- AVITUALLAMIENTOS.
- MATERIAL OBLIGATORIO.
- PROGRAMA.
- PREMIOS.
- ALOJAMIENTO RECOMENDADOS.
- OTROS RESTAURANTES.
- TELÉFONOS DE INTERES.
- SITIOS A VISITAR.

CLUB DE MONTAÑA
VILLALFEIDE

Villalfeide Polvoreda

PRESENTACIÓN

9º TRAIL VILLALFEIDE POLVOREDA.
(11/08/19 – 8:45)

En esta 9ª edición volvemos a modificar ligeramente el recorrido. Un primer cambio que en la zona de Bardalla, que aproxima a los participantes al repetidor de Vegacervera[2,5k], girando hacia el barranco de Fresneda por la Sierra el Fraile. A partir de aquí, se vuelve a sendas muy marcadas y siempre transitadas en anteriores ediciones. Recuperamos la clásica subida al Pico Polvoreda que parte desde la Peñica. En el último tramo de la carrera se ha añadido otro segmento nuevo de aproximadamente 500metros y que llevará a los corredores a la meta situada en la localidad de Villalfeide.
20 Km. /1500m. d+

INFORMACIÓN GENERAL

FECHA: 11 de Agosto de 2019
LUGAR: Villalfeide – Matallana de Torío – León - España
INSCRIPCIÓN: 20€ Federado / 24€ No Federado.
PLAZAS 250
COPA DIPUTACIÓN SI
PLATAFORMA: <http://carreradevillalfeide.es/>

NOMBRE	9º TRAIL CARRERA POR MONTAÑA VILLALFEIDE POLVOREDA.
DISTANCIA	20 Km. Aprox.
DESNIVEL POSITIVO	1.500m.
ALTURA MÁXIMA	2.007m.
ALTURA MÍNIMA	1.045m.
DIA	11/08/2019
HORA DE SALIDA	8:45
TIEMPO DE CIERRE	14:00 h (5:15)

<https://www.instagram.com/carreradevillalfeide>
<https://www.facebook.com/CarreradeVillalfeide>
<https://twitter.com/CarreradeVillalfeide>
www.carreradevillalfeide.es

Villalfeide Polvoreda

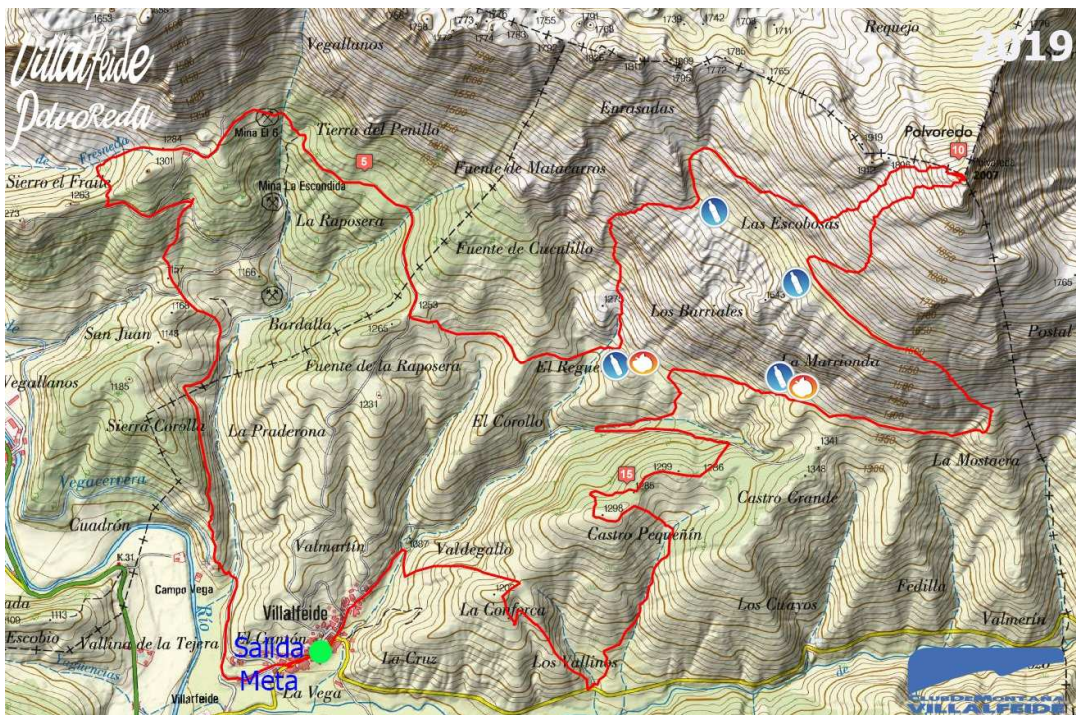
ENTREGA DE DORSALES Y BOLSA DE CORREDOR

Se habilitará en la plaza principal de Villalfeide una mesa especial de DORSALES , para las pruebas COMPETITIVAS que se celebran el día 11 de Agosto de 2018, desde las 7:30 y hasta 15 minutos antes de la salida oficial del TRAIL

SÁBADO 10	DESDE	HASTA	LUGAR
ENTREGA DE DORSALES	18:00	20:00	PLAZA PRINCIPAL
DOMINGO 11	DESDE	HASTA	LUGAR
ENTREGA DE DORSALES	7:30	8:35	PLAZA PRINCIPAL

RECORRIDO

9ª EDICIÓN CARRERA POR MONTAÑA VILLALFEIDE POLVOREDA



Pincha este enlace para conocer todos los detalles de la carrera: <https://cutt.ly/SCJBCZ>

<https://www.instagram.com/carreradevillalfeide>
<https://www.facebook.com/CarreradeVillalfeide>
<https://twitter.com/CarreradeVillalfeide>
www.carreradevillalfeide.es

Villalfeide Polvoreda

PERFIL



CONTROLES Y PUNTOS DE CORTE

CONTROLES	ZONA DE CONTROL
6,0k. Fichaje y control de CHIP	La Peñica
10k Fichaje y control de CHIP	Cima Polvoreda
15k Fichaje y control de CHIP	Mata del Espino. CORTE: 4h:15'.
20k aprox. Fichaje y control de CHIP	Meta. Tiempo Máximo 5h15'

La organización se reserva el derecho a colocar controles sorpresa a lo largo del recorrido.

Queda establecido como único punto de corte en carrera, la zona de la Mata del Espino a las 13 horas o lo que es lo mismo a las 4h15' de carrera, descalificando a aquellos corredores que pasen a partir de ese tiempo.

El tiempo máximo de entrada en meta se establece a las 14:00h. siempre y cuando se cumpla correctamente la hora de salida.

<https://www.instagram.com/carreradevillalfeide>
<https://www.facebook.com/CarreradeVillalfeide>
<https://twitter.com/CarreradeVillalfeide>
www.carreradevillalfeide.es

Villalfeide Pdvoreda

AVITUALLAMIENTOS

PUESTO	AVITUALLAMIENTOS
LA PEÑICA [6k]	Agua Isotónico Fruta Salado Dulce
CINTA CIMERA [8,3k]	Agua
CINTA BAJERA [14,5k]	Agua
LA MARRIONDA [16,3k]	Agua Isotónico Fruta Salado Dulce
VILLALFEIDE [META]	Agua Isotónico Fruta Salado Dulce

MATERIAL OBLIGATORIO

Los participantes deben calzar y equiparse de manera adecuada según las condiciones técnicas y meteorológicas que requieren las carreras por montaña.

La organización se reserva el derecho de impedir la salida de cualquier corredor que considere que no lleva el material adecuado u obligatorio.

La organización también recomienda que todos los corredores lleven algo de comida y bebida extra. Es importante, tener en cuenta que dadas las fechas en las que se desarrollan nuestras pruebas [agosto], recomendamos que se aplique crema solar de protección alta, para la protección de los rayos UV.

El director de la carrera, se reserva el derecho de hacer cambios, sobre el material obligatorio, para hacer frente a la carrera dependiendo de las condiciones meteorológicas. La última actualización será el día antes a las 18:00h.

La organización establece para las distintas pruebas que organiza un material apropiado y obligatorio:

Zapatillas de montaña.

Si el participante decide correr con zapatillas minimalista será bajo su responsabilidad y firmando previamente la exención de responsabilidad a la organización.

Pantalón y Camiseta.

Al no entregarse vasos en las distintas pruebas, es OBLIGATORIO un **sistema de Hidratación**, mochila o similar por cada participante, al menos de 0,5l. para la prueba de TRAIL.

Visera, gorra o buff.

El uso de **bastones** para el TRAIL, recomendable, siendo su responsabilidad [del participante] hacer entrega y recogida de dicho material solo en las zonas autorizadas: avituallamientos.

No existirán controles de material en el recorrido por parte de la organización.

La organización, ni los voluntarios, se harán responsables del material que se entregue a estos.

Villalfeide PduoReda

PROGRAMA

SÁBADO 10

HORA	ACTO	LUGAR
18:00 – 20:00	Entrega de dorsales	Plaza Principal
20:00	Briefing o charla técnica	Alhama/escuelas

DOMINGO 11

HORA	ACTO	LUGAR
7:30 – 8:25	Entrega de dorsales	Plaza Principal
7:30 – 8:25	Entrega bolsa corredor	Plaza Principal
08:35 – 08:45	Corralito	Linea de Salida
8:45	Salida carrera	Plaza Principal
14:00	Cierre de carrera	Plaza Principal
14:00/14:15 aprox	Entrega de premios	Plaza Principal
14:30 aprox	Comida Carrera	Alhama/escuelas
16:00 aprox	Sorteo	Alhama/escuelas

CLUB DE MONTAÑA
VILLALFEIDE

Villalfeide Polvoreda

PREMIOS

- Los premios son acumulables.

TRAIL

MASCULINO	FEMENINO
CATEGORIA	
ABSOLUTA (21 años en adelante)	ABSOLUTA (21 años en adelante)
SUBCATEGORIA	
PROMESA (21,22 y 23 años)	PROMESA (21,22 y 23 años)
SUBCAT. VETERANO A (De 40 a 50 años)	SUBCAT. VETERANO A (De 40 a 50 años)
SUBCAT. VETERANO B (A partir de 51 años)	SUBCAT. VETERANO B (A partir de 51 años)

PREMIOS ESPECIALES [TRAIL]:

TROFEO CUMBRE:

MASCULINO	FEMENINO
1er. Corredor en llegar a la Cima del Polvoreda	1ª Corredora en llegar la Cima del Polvoreda

EQUIPOS:

Integrados de 3 participantes.

Puntúan todos los miembros del equipo que lleguen a meta sumándose sus tiempos.

NOTA: En todas las pruebas y categorías, será necesario para validar el podium, que los 3 primeros participantes hayan realizando el recorrido en un tiempo no superior al 85% del tiempo límite establecido por la organización

<https://www.instagram.com/carreradevillalfeide>
<https://www.facebook.com/CarreradeVillalfeide>
<https://twitter.com/CarreradeVillal>
www.carreradevillalfeide.es

Villalfeide Pdvoreda

ALOJAMIENTO RECOMENDADOS

RELACIONES DE HOTELES Y ALOJAMIENTOS

ALOJAMIENTO	LUGAR	TELÉFONO
El Arriero	Estación de Matallana	987578421
Hotel Rural Chousa Verde	Vegacervera	987578222/626281116
Albergue Valporquero	Vegacervera	987591009
Camping Las Hoces	Vegacervera	987591341
Cabañas Pico Azul	Vegacervera	609240991
El Pescador	Felmín	987576623
Fuentes Blancas	Vegacervera	669852382
Albergue Fuente del Oso	Aviados	987741402

RESTAURANTES

RESTAURANTES	LUGAR	TELÉFONO
Mesón La Cocinona	Vegacervera	987578443
La Rinconada	Coladilla	987578300/620937182
Bar Restaurante El Dingo	Candanedo	987591558
El Zaguán de Colín	Valdepiélago	987741026
El Pescador	Felmín	987576623
Albergue Fuente del Oso	Aviados	987741402
El Arriero	Estación de Matallana	987578421
Fuentes Blancas	Vegacervera	669852382

<https://www.instagram.com/carreradevillalfeide>

<https://www.facebook.com/CarreradeVillalfeide>

<https://twitter.com/CarreradeVillal>

www.carreradevillalfeide.es

Villalfeide Polvoreda

TELÉFONOS DE INTERES

CONTACTO	NÚMERO DE CONTACTO
AYUNTAMIENTO DE MATALLANA	987578209
FARMACIA	987591352
CENTRO DE SALUD	987578858 / 987 578 275
OFICINA TURISMO VEGA	987578209
URGENCIAS	112
GUARDIA CIVIL	987591002
DIRECCIÓN DE CARRERA- Javier Perez	650686290
CAJERO AUTOMÁTICO MÁS CERCANO	ESTACIÓN DE MATALLANA
GASOLINERA CEPASA.	ESTACIÓN DE MATALLANA
OTROS	MATALLANA DE TORÍO

SITIOS PARA VISITAR

PARA PERDERSE	LUGAR
CUEVAS DE VALPORQUERO	VALPORQUERO
CEMENTERIO CORALINO	BARRIO DE SAN LORENZO (MATALLANA)
HOCES DE VEGACERVERA	VEGACERVERA
CERAMISTA "ZONA CERÁMICA"	ORZONAGA
CERAMISTA PILAR TIRADOS	COLADILLA
HAYEDO NATURAL	ORZONAGA
YOGURES COLADILLA	COLADILLA
PASEO VIA BARDAYA	VILLALFEIDE-ESTACIÓN
FÁBRICA EMBUTIDOS MISERIAS	VEGACERVERA
PUENTE ROMANO	VILLALFEIDE
MIEL "LOS BOSQUES DEL TORÍO	VEGACERVERA
QUESOS "LA FACENDERA"	ROBLES
CASCADA	NOCEDO
CUEVA	LLAMAZARES
EMBUTIDOS COLADILLA	COLADILLA
CAMINO DE SANTIAGO: CAMINO OLVIDADO	www.viejocaminoolvidado.com
Rutas y Espacios Naturales	MIRADOR POLVOREDA, SERRILLA, Etc...

<https://www.instagram.com/carreradevillalfeide>

<https://www.facebook.com/CarreradeVillalfeide>

<https://twitter.com/CarreradeVillal>

www.carreradevillalfeide.es

Villalfeide Pdvoreda

CARRERA X MONTAÑA



<https://www.instagram.com/carreradevillalfeide>
<https://www.facebook.com/CarreradeVillalfeide>
<https://twitter.com/CarreradeVillal>
www.carreradevillalfeide.es